



Директор МБОУ СОШ №10  
Шафран М.Н.

АО "Комбинат  
общественного питания"  
столовая №10

## МЕНЮ № 1560

### бесплатного питания обучающихся с 1 по 4 класс

"06" февраля 2024 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	эн.цен. ккал.	Выход	Цена
				гр	руб
<b>Завтрак 1-4 кл.</b>					
1	52-17	Салат из свеклы отварной (свекла,масло,лук реп)	40	70/1	4,26
2	326-16	Наггетсы из филе птицы (филе цыпл.бройлер.яйцо.сухари.масло)	222	90	44,85
3	309-17	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия,масло)	180	150	7,09
4	376-17	Чай с сахаром (чай черный,сахар,)	60	200	1,04
5	ГОСТ	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	86	31	2,76
<b>Итого сумма завтрака:</b>			<b>588</b>		<b>60,00</b>
<b>Обед ОБЗ 1-4 кл.</b>					
6	413-03	Салат из кукурузы с яйцом, с зеленью (кукуруза.конс.яйцо,лук.масло)	39	60/1	13,92
7	111-04	Суп картофельный с макар.изделиями,с филе пт, зеленью (картоф.морк.лук.реп.макар.филе пт,масло)	155	200/15/1	16,53
8	298-12	Голубцы ленивые с соусом красным основным (говядина,лук.реп.морковь.капуста,томат.масло)	396	200	43,13
9	388-17	*Напиток из плодов шиповника (шиповн.сахар)	84	200	5,99
10	ГОСТ	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	82	33	2,94
11	ТУ-04	***Хлеб "Дарницкий" с витаминно минеральной смесью (мука пшен.мука ржан,дрожжи,масло,сахар)	67	28	2,49
			823,0		
<b>Итого сумма обеда:</b>					<b>85,00</b>
<b>Итого сумма ОБЗ 1-4 кл:</b>					<b>145,00</b>

Примечание:

\* Витаминизация 3-го блюда аскорбиновой кислотой: 60 мл на порцию

\*\* Хлеб пшеничный: белки-2,3; жиры-0,3; угл.-16; Са-0,5; Мд-5,7; Fe-04; P-19,5; ккал-79

\*\*\*Хлеб "Дарницкий": белки-1,9; жиры-0,5; угл.-13; Са-0,5; Мд-2,3; Fe-02; P-13,5; ккал-66

Зав. производством

Нарыжная С.В.



Директор МБОУ СОШ №10  
Шафран М.Н.

АО "Комбинат  
общественного питания"  
"ОБЩЕСТВЕННОГО ПИТАНИЯ"  
столовая №10

## МЕНЮ № 1560

бесплатного питания обучающихся с 5 по 11 класс

"06" февраля 2024 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	эн.цен. ккал.	Выход	Цена
				гр	руб
<b>Завтрак 5-11 кл.</b>					
1	45-17	Салат из белокачанной капусты с морковью (капуста белок.морковь.лук реп.масло)	70	100	5,75
2	326-16	Наггетсы из филе птицы (филе цыпл.бройлер.яйцо сухари.масло)	281	100	49,83
3	309-17	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия,масло)	216	180	8,33
4	376-17	Чай с сахаром (чай заварка,сахар,)	60	200	1,04
5	ГОСТ	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	53	23	2,05
		<b>Итого сумма завтрака:</b>	<b>680</b>		<b>67,00</b>
<b>Обед ОВЗ 5-11 кл.</b>					
6	413-03	Салат из кукурузы с яйцом (кукуруза.конс.яйцо,лук.масло)	81	100	21,26
7	111-04	Суп картофельный с макар.изделиями с зеленью (картоф.морк.лук реп.макар.масло)	160	250/1	9,52
8	298-12	Голубцы ленивые с соусом красным основным (говядина,лук реп.морковь.капуста,томат.масло)	473	250	51,95
9	388-17	*Напиток из плодов шиповника (шиповн.сахар)	84	200	6,01
10	ГОСТ	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	88	35	3,12
11	ТУ-04	***Хлеб "Дарницкий" с витаминно минеральной смесью (мука пшен.мука ржан,дрожжи,масло,сахар)	66	24	2,14
			952,0		
		<b>Итого сумма обеда:</b>			<b>94,00</b>
		<b>Итого сумма ОВЗ 5-11 кл:</b>			<b>161,00</b>

Примечание:

\* Витаминизация 3-го блюда аскорбиновой кислотой: 70 мл на порцию

\*\* Хлеб пшеничный: белки-2,3; жиры-0,3; угл.-16; Са-0,5; Мд-5,7; Fe-04; P-19,5; ккал-79

\*\*\*Хлеб "Дарницкий": белки-1,9; жиры-0,5; угл.-13; Са-0,5; Мд-2,3; Fe-02; P-13,5; ккал-66

Зав. производством

Нарыжная С.В.



Директор МБОУ СОШ №10  
Шафран М.Н.



АО "Комбинат  
общественного питания"  
ОБЩЕСТВЕННОГО ПИТАНИЯ"  
столовая №10

## МЕНЮ № 1560

### КОМПЛЕКСНОЕ МЕНЮ ЛЕЧЕБНО-ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ

"06" февраля 2024г.

№ п/п	№ сборника рецептов	Наименование блюд	Выход гр	Углево-	Эн.
				ды	ценность
<b>Завтрак 5-11класс</b>					
1	45-17	Салат из белокачанной капусты с зеленью (капуста, морк. лук реп. лим. кис. масло. зел.)	101	6	48
2	255-17	Печень по-строгановски (без муки) (печень гов. лук реп. смет. масло)	110	19	231
3	302-17	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло)	180	16,9	169
4	338-17	Яблоки свежие (зеленые)	100	9,8	85
5	375-17	Чай (без сахара) (чай черный)	200	2	56
6	26983-15	***Хлеб "Дарницкий" с витаминно минеральной смесью (мука пшен. мука ржан. дрожжи, масло, сахар)	40	17,9	91
<b>Итого за завтрак:</b>			<b>731</b>	<b>71,6</b>	<b>680</b>
<b>Обед 5-11 класс</b>					
7	75-17	Икра морковная (морковь, лук реп. том. пас. масло)	105	5,2	74
8	108-17	Суп картофельный с клецками, с зеленью (картоф. морковь, лук реп. мука. яйцо. масло)	252	26,6	125
9	108-17	Котлеты по-ноябрьски из оленины и говядины (говядина, оленина, яйцо, лук, масло)	110	25	284
10	316-17	Овощи припущенные (капуста, морковь, лук реп. масло)	200	32,2	200
11	349-17	*Компот из кураги без сахара (курага сушеная)	200	3	80
12	26983-15	***Хлеб "Дарницкий" с витаминно минеральной смесью (мука пшен. мука ржан. дрожжи, масло, сахар)	70	22,8	189
<b>Итого за обед:</b>			<b>737</b>	<b>114,8</b>	<b>952</b>
<b>Итого за день</b>			<b>1468</b>	<b>186,4</b>	<b>1632</b>

Примечание:

\*Витаминизация 3-го блюда аскорбиновой кислотой: 70 мл на порцию

\*\*\*Хлеб "Дарницкий": белки-1,9; жиры-0,5; ; угл. -13; Са-0,5; Мд-2,3; Fe-02; Р-13,5; ккал-66

Зав. производством

Нарыжная С.В.